



Alpenüberquerung auf dem Traumpfad München -Venedig

Der Traumpfad München-Venedig ist ein Fernwanderweg, den Ludwig Graßler in einem 1977 erstmals veröffentlichten Buch beschrieben hat. Er führt vom Marienplatz in München über die Bayerischen Voralpen und das Karwendel ins Inntal. Von dort wandert man in die Tuxer Alpen, überquert den Alpenhauptkamm und setzt den Weg über das Pfunderertal und die Lüsner Alm in die Dolomiten fort. Nach der Überquerung der Puezgruppe, der Sella und der Südlichen Dolomiten endet der alpine Teil des Weges in Belluno. Ähnlich wie an der Alpennordseite folgen nun zwei Wandertage durch die Belluneser Voralpen und durch das Flachland, bis man schließlich nach etwa 28 Wandertagen den Markusplatz in Venedig erreicht. Insgesamt werden etwa 550 km Strecke und 20.000 Höhenmeter zurückgelegt.

Die Idee ist diesen Weg in 4 Etappen auf die kommenden Jahre aufzuteilen.

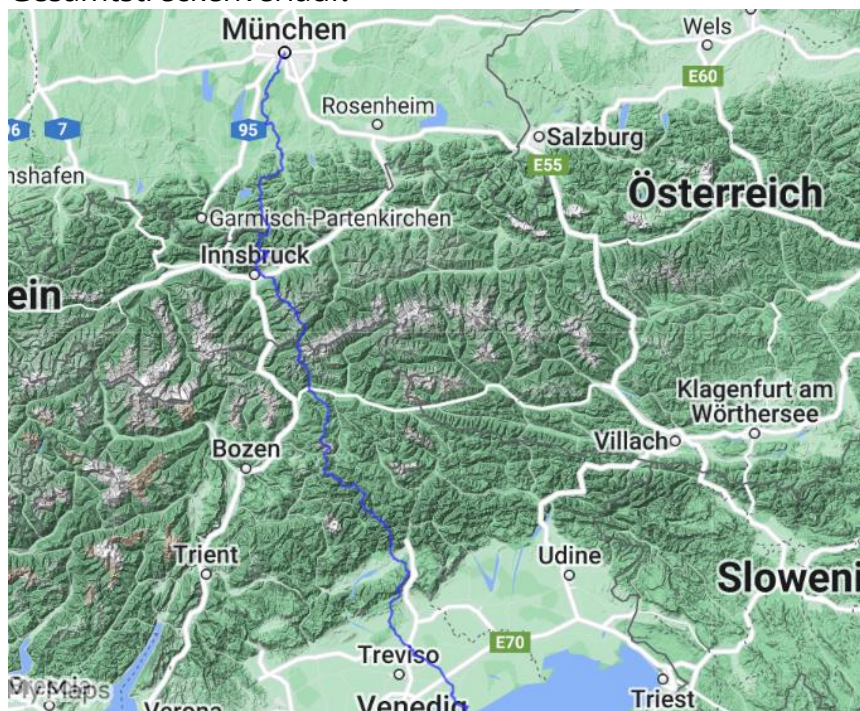
Etappe 1: Lenggries nach Wattens/Innsbruck – Nordalpen- 5 Tage - erl. 2023

Etappe 2: Hall bei Innsbruck nach Pfunders /Niedervintl- Zentralalpen – 6 Tage

Etappe 3: Pfunders nach Alleghe – nördliche Dolomiten – 6 Tage

Etappe 4: Alleghe nach Belluno -südliche Dolomiten – 5 Tage

Gesamtstreckenverlauf:



Etappe 2/4 - Tulfes nach Pfunders -Zentralalpen

Sonntag **25.08.** bis Freitag **30.08.2024**/ Samstag **31.08.** Rückfahrt

Tourenverlauf Etappe 2:



Treff in Tulfes : Parken kostenfrei am Parkplatz der Glungezer Bahn:
Stiegele, 6075 Tulfes, Österreich

Anreise in definierten Fahrgemeinschaften (4,0h von BB, 3,5h von Kirchheim/T Ost)

Hall/Tulfes zur Glungezerhütte (So 25.8)

Weglänge: 10 km

Höhenmeter Bergauf: 1690m (ohne Bergbahnen)

Höhenmeter Bergab: --

Dauer ohne Pausen: 5 h

Wir starten zu Fuß zur Zwischenstation Tulfeinalm die wir nach 3h (1080hm, 7km) zur Einkehr erreichen. Vollständige Kürzung durch Nutzung Bergbahn. Anschließend erfolgt der Anstieg (570hm, 3km) zur Glungezer Hütte, von wo wir erstmals in die Tuxer Alpen und bis zum Olperer sehen. Wer möchte kann zum Sonnenuntergang noch die 50hm und 10min zum Glungezer gehen.

Übernachtung:

> [Glungezer Hütte](#): (2610m) 0043 (0) 5223 - 78 018

Online Reservierung: <https://bit.ly/2VTb2en>

Alternativen:

Abwandlung: Start in Hall und Fahrt mit Bus zur Talstation Tulfes (Einsparung 1,5-2h)

Lohnende Varianten: Eine Möglichkeit die Glungezerhütte zu umgehen, ist die Alternative über den attraktiven Gwannsteig, der unterhalb des Gipfelgrates zur total urigen Steinkasern Alm führt. Von hier aus über das Naviser Jöchel weiter zur Lizumerhütte.

Weniger Trittsicherheit ist bei der Variante über das Voldertal - Voldertalhütte - Naviser Jöchel - Lizumerhütte nötig. Du kommst bei der zauberhaften Schwarzbrunnalm vorbei. Ein echter Geheimtipp und eine hervorragende Alternative, falls du die fordernde Gratwanderung scheust oder das Wetter nicht mitspielt. Die Variante über Wattens - Wattental direkt zur Lizumerhütte ist nicht zu empfehlen (17,5km, 1510m aufwärts) Sie ist nicht annähernd so eindrucksvoll. Dann parken in Wattens bei der Tankstelle am Kreisverkehr

Glungezer Hütte zur Lizumer Hütte (Mo 26.8)

Weglänge: 15 km

Höhenmeter Bergauf: 420 m

Höhenmeter Bergab: 1020m

Dauer ohne Pausen: 6 h

Lange, anspruchsvolle Etappe in großer Einsamkeit. Heute überschreiten wir 7 Gipfel, alle über 2.600m. Teilweise etwas ausgesetzt, ist Trittsicherheit und stabiles Wetter ist Grundvoraussetzung. Wir müssen früh aufbrechen. Dann jedoch sind die Ausblicke beeindruckend, wir sehen zurück auf die Berge des Karwendel, bis hinein ins Rofan, erblicken die Kitzbüheler Alpen, die hohen Tauern und die Gletscher der mächtigen Stubai Alpen. Mit 2.796 Metern Höhe ist das Rosenjoch der höchste Berg des Voldertals und der westlichen Tuxer Alpen. Oben am Gipfelkreuz hast du eine einmalige Aussicht auf die Tuxer Alpen, das unter dir liegende Tal und weit bis ins Inntal.

Übernachtung:

> [Lizumerhütte](#): (2019m (0043 (0) 5224 52111 | Mobil: 0043 (0) 664 9272117

Online Reservierung: <https://bit.ly/2O5oyqK>

Abkürzungen leider nicht möglich. Abbruchmöglichkeit durch Wandern Tal nach Wattens

Lizumer Hütte zum Tuxer Joch Haus (Di 27.8)

Weglänge: 12 km

Höhenmeter Bergauf: 1080 m

Höhenmeter Bergab: 800m

Dauer ohne Pausen: 6,25 h

Anfangs begleitet von einer beeindruckenden Bergkulisse, erreichen wir im späteren Tagesverlauf die im Sommer wenig attraktive Skiregion Hintertux. Trotzdem finden wir natürlich auch unterwegs schöne Plätze, wie z.B. den tiefblauen, inmitten eindrucksvoller Gipfel eingebetteten Junssee. Wir sehen aber auch die verheerenden Auswirkungen eines riesigen Skigebietes auf die Gletscherlandschaft und den massiven Eingriff in die Landschaft.

Übernachtung:

> [Tuxer Joch Haus](#): (2313m) 0043 (0) 5287 - 87 216

Abkürzungen leider nicht möglich. Abbruchmöglichkeit nach Hintertux und über Zillertal

Tuxer Joch Haus zur Dominikus Hütte (Mi 28.8)

Weglänge: 15 km

Höhenmeter Bergauf: 800 m

Höhenmeter Bergab: 1290m

Dauer ohne Pausen: 8,5 h

Beschreibung:

Wir verlassen den wenig attraktiven Skizirkus und wandern am Spannagelhaus vorbei, hinauf Richtung Friesenbergscharte, eine der Schlüsselstellen der Wanderung. Der Aufstieg ist zwar steil, aber nicht schwierig und oben überrascht uns ein kleiner Durchgang, hinter dem sich das Gipfelmeer der Zillertaler Alpen öffnet. Unter uns sehen wir schon das heutige Tagesziel, das Friesenberghaus, idyllisch an einem See gelegen. Wir müssen aber noch den mit Stahlseilen versicherten, sehr steilen, wieder abwärts führenden Weg bewältigen, Trittsicherheit ist hier gefragt.

Übernachtung:

-->[Dominikushütte](#) 0043 (0)664 73296939 1805m

Alternativ:

> [Friesenberghaus](#): 0043 (0) 676 - 749 75 50

> [Olpererhütte](#): 0043 (0) 664 - 417 65 66

Kürzung bis Friesenberghaus (Einsparung 9,5km 1090m bergab) 4h

Kürzung bis Olpererhütte (Einsparung 4,5 km und 600m bergab) 1,75h

Abbruchmöglichkeit über Zillertal zurück

Dominikus Hütte nach Stein (Do 29.8)

Weglänge: 10 km

Höhenmeter Bergauf: 490 m

Höhenmeter Bergab: 740m

Dauer ohne Pausen: 4 h

Beschreibung:

Die heutige Wanderung führt entlang am traumhaft schönen Schlegeisspeichersee ins Zamserbachtal. Dort geht es hinauf zum Pfitscher Joch. Am Pfitscher Joch angekommen, überqueren wir die österreichisch-italienische Grenze und wandern über steile Wiesen und Zirbenwälder hinunter ins Tal. Unser heutiges Ziel ist der einfache Gasthof Stein dort wartet ein Abendessen, das wir uns reichlich verdient haben.

Übernachtung:

> [Gasthof Stein](#): 0039 - 0472 - 63 01 30

Kürzungen nicht möglich. Abbruchmöglichkeit nach Sterzing

Stein nach Pfunders (Fr 30.8)

Weglänge: 19 km

Höhenmeter Bergauf: 1170 m

Höhenmeter Bergab: 1540m

Dauer ohne Pausen: 8,25 h

Beschreibung:

Mit der Etappe verabschieden wir uns von den Zentralalpen und sehen in der Ferne schon die unverwechselbaren Silhouetten der Dolomiten. Der Weg ist in der ersten Hälfte deutlich weniger frequentiert, als die Wege der letzten Tage. Teilweise suchen wir den Pfad und gehen kniehoch durchs Gras. Der obere Teil ist sehr steil und führt über Geröll, hier ist Konzentration gefragt, ansonsten verläuft der heutige Tag über einfache Bergwege. Ein langer Abstieg liegt noch vor uns, bevor wir wieder im Tal ankommen.

Übernachtung:

> [Gasthof Brugger](#): 0039 - 0472 - 54 91 55

Rückreise von Pfunders nach Tulfes:

Bus Linie 418 (20min) von Pfunders nach Niedervintl. Von Niedervintl nach Sterzing per Zug Linie 1838 (40min) 5€. Von Sterzing nach Hall mit Bus Linie 504.. (1h22min). Von dort mit dem Bus Buslinie 4134 zum Parkplatz Glungezerbahn

Anforderungen:

Es handelt sich um mehrtägige alpine Bergwanderungen mit Gepäck. Es ist absolute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich. Kondition und Ausdauer für ca. 8 Stunden im Gebirge ist vonnöten. Die TeilnehmerInnen müssen entsprechende Bergerfahrung und Kondition mitbringen.

Training:

Jeder Teilnehmer ist verpflichtet sich entsprechende Kondition für die 6 Tagestour anzueignen. Gerne unterstütze ich bei der Auswahl von entsprechenden Touren im Vorfeld.

Vorbesprechung:

Wir werden eine gemeinsame Tourenbesprechung auf dem Naturfreundehaus zuvor durchführen.

Ausrüstung:

Es ist die übliche hochalpine Bergwanderausrüstung mitzunehmen. Der Wanderrucksack muss bequem sitzen und sollte 8kg nicht überschreiten. Wanderstöcke sind für den Auf – und Abstieg notwendig. Eine entsprechende Ausrüstungsliste geht mit Anmeldung an die Teilnehmer.

Jeder nimmt auf eigene Verantwortung teil!

Die Tourenleitung beschränkt sich auf die Organisation der Tour, und übernimmt die Verantwortung entsprechend ihres Könnens und ihrer Erfahrung.

Hinweise zur Haftung:

Touren im Gebirge sind nie ohne Risiko! Jeder Tourenteilnehmer/in muss sich dieser Tatsache bewusst sein! Wir sind bemüht, unsere Touren entsprechend den allgemeinen Sicherheitsrichtlinien durchzuführen, um Unfälle zu vermeiden. Dennoch weisen wir darauf hin, dass die Existenz objektiver Gefahren im Gebirge zu Unfällen führen kann. Die Teilnahme erfolgt daher auf eigene Gefahr.

Sonstiges:

Kosten sind ca. 45€ pro Übernachtung mit Frühstück. Abendessen und Getränke zzgl. Zusätzlicher Kostenbeitrag für Nicht-Naturfreundemitglieder 10 Euro pauschal. Frühstück und auf Wunsch Abendessen gibt es in den jeweiligen Unterkünften. Rucksackvesper für den 1.Tag sowie Kleinigkeiten für die nächsten Tage bitte selber mitbringen.

Einkaufen/ Einkehrmöglichkeiten:

Keine Einkaufsmöglichkeiten unterwegs!

Tag 1 auf Tufleinalm, Tag 2 -keine, Tag 3 – keine, Tag 4- Spannagelhaus, Friesenberghaus, Olpererhütte; Tag5: Lavitzalm, Pfitscherjoch Haus; Tag6: Obere Engelbergalm

Berg Frei!

Georg Forster

Geo.forster@gmx.de

+49 170 9205245

[Traumpfad München Venedig wandern | Alle Infos zur Wanderung über die Alpen - Traumpfad München Venedig wandern | Alle Infos zur Wanderung über die Alpen \(muenchen-venedig.net\)](#)

Ein paar Impressionen vorab: (Quelle Internet)



Abbildung 1 Glungezer Hütte



Abbildung 2: Lizumer Hütte



Abbildung 3: Tuxer Joch Haus



Abbildung 4 : Blick von Dominikushütte



Abbildung 5: Gasthof Stein



Abbildung 6: Gasthof Brugger